

Nachbehandlungsschema

Arthroskopische Bizepssehnenentotomie

Hilfsmittel:	SchulterSchlinge für mindestens 24h
Beweglichkeit:	freie Beweglichkeit der operierten Schulter bis zur Schmerzgrenze
Nachkontrollen:	nach 1, 4-6 und 12 Wochen
Duschen-Baden:	Duschen ist mit wasserdichten Verbänden sofort nach der Operation möglich. Mit Baden sollte 2 Wochen bis zur sicheren Wundheilung gewartet werden.
Autofahren:	Erlaubt, sobald die freie und schmerzlose Beweglichkeit erreicht ist.
Arbeitsunfähigkeit:	Je nach Tätigkeit 1-6 Wochen
Medikamente:	Entzündungshemmendes Medikament zur Reduktion der Schwellung und Schmerzmittel je nach Bedarf.
Physiotherapie:	ab dem 1.Tag nach der Operation, 2-3x pro Woche
Sportunfähigkeit	Radfahren (Ergometer) ca.1 Wochen Joggen ca.2 Wochen Radfahren ca.4 Wochen Schwimmen (Kraul, Rücken) ca.4-6 Wochen Golf ca.6 Wochen Skifahren ca.8 Wochen Fussball ca.8 Wochen Tennis ca.12 Wochen Volleyball ca.12 Wochen